

COACHING

steps

ANKOMMEN
MEDITATION

1

2 THEMA • SORGE

Wie fühlst du dich?

Was macht dir Sorgen?

Gefühl : Skala von 1.....10

VERÄNDERUNG

3

Was ist das Bestmögliche, was
du in deinem Coaching erleben möchtest?

4 ZIEL

Was ist dein Ziel?

Wie fühlst du dich, wenn du an
deinem Ziel angekommen bist?

ÜBUNG

Transformation & Erkenntnisse

5

6 UMSETZUNG

Was sind deine nächsten Schritte?

Wie kommst du deinem Ziel näher?

Gefühl : Skala 1.....10

ONLINE COACHING ANGELA